



NOSOL-Saison 2026/27

Wenn die Wettkampfsaison langsam Geschichte ist, beginnt bereits die Vorbereitung auf das nächste OL-Jahr. Die Laufschuhe bleiben also nicht lange im Schrank – mit den NOSOL-Trainings kannst du auch im Winter an **Technik, Tempo und Orientierung** feilen.

Fit durch den Winter

Von **Dezember bis April** erwarten dich abwechslungsreiche und anspruchsvolle OL-Trainings als ideale Vorbereitung auf die Saison 2027.

Wer ist dabei?

Im Mittelpunkt stehen die **NachwuchskaderläuferInnen**, die sich gezielt auf die kommende Saison vorbereiten möchten. NOSOL steht aber allen OL-Begeisterten offen – egal ob jung oder alt, KaderläuferIn oder Hobby-OrientiererIn.

Jede und jeder ist herzlich willkommen!

Unsere Wälder - unser Wintervorteil

Im Winter zeigen sich unsere Heimwälder von ihrer besten Seite: Weniger Grün, mehr Durchblick und weniger Dornen. Beste Voraussetzungen für spannende, schnelle und abwechslungsreiche OL-Trainings.

Termine*

13.12.26	Christchindli - NOSOL	13.02.27	Training mit NWK (Kazu)
16.12.26	Weihnachts-OL, St. Gallen	14.02.27	Regiomila, Gossau
19.12.26	Laufschule Longjogg	21.02.27	Routenwahl
03.01.27	Neujahrslongjogg	06.03.27	Training mit NWK (Kazu)
06.01.27	3 Königs Sprint, Weinfelden	03.04.27	Vorbereitung Middle, Seerücken
24.01.27	Eschenberg, Winterthur	18.04.27	Vorbereitung Middle,  berg

* Änderungen vorbehalten. Weitere Informationen findest du ab Mitte November auf rolv-nos.ch.

Der Winter muss also keineswegs eine OL-Pause bedeuten. Schnürt die OL-Schuhe, kommt mit uns in den Wald und macht euch gemeinsam fit für die nächste Saison.

Wir freuen uns auf euch!

Die NOSOL Koordinatorin
Melina Riediker